

پروتکل بازگشایی لیگ‌های ورزشی جوانان و بزرگسالان

لیگ‌های ورزشی تفریحی: ضمیمه S

لازم الاجرا از تاریخ: 12:01 صبح شنبه، 08 می 2021

بروز رسانی‌های اخیر: (تغییرات با رنگ زرد مشخص شده‌اند)

: 5/8/2021

- تغییر تاریخ لازم الاجرا تا بلافضلله امکان برگزاری مسابقات بین تیمی با سایر تیم‌های کالیفرنیا فراهم شود. لغو محدودیت مرتبط با برگزاری رقابت تنها بین تیم‌های یک شهرستان یا شهرستان‌های مرزی.

- تاریخ لازم الاجرا مربوط به الزامات آزمایش‌دهی دوره‌ای کووید-19 اعضاً لیگ‌ها/تیم‌های ورزشی جوانان که در ورزش‌های تماس متوسط و پُر تماس، در رقابت‌های داخل سالن و تمرینات تماسی شرکت می‌کنند، تاریخ سه شنبه، 11 می 2021 برقرار است.

- تصحیح چهارمین بولت زیر: در تمرینات آمادگی جسمانی، مهارت سازی و تمرینات حرفاًی گنجایش محل باید به 50% ظرفیت محدود شود و باید مطابق با پروتکل بازگشایی باشگاه‌ها و مجموعه‌های بدنسازی: ضمیمه L باشد:

- حضور ناظران و تماشاگران در ورزش‌های داخل سالن جوانان و بزرگسالان، مطابق با پروتکل اداره بهداشت عمومی شهرستان لس آنجلس برای رویدادهای زنده نشسته در فضای سرپوشیده مجاز است.

- شفافسازی الزامات مربوط به تورنمنت‌های چند تیمی، نشسته‌ها یا رویدادهایی که در داخل شهرستان لس آنجلس برگزار می‌شوند، در مقایسه با رویدادهایی که در خارج شهرستان لس آنجلس برگزار می‌شوند

: 5/7/2021

- لیگ‌ها/تیم‌های ورزشی تماس متوسط و پُر تماس که در مسابقات داخل سالن شرکت می‌کنند و تمرینات تماسی دارند باید همچنان به الزامات تکمیلی وضع شده بر ورزش‌های دانشگاهی پایبند باشند. الزامات نامبرده در راهنمای مؤسسات آموزش عالی کالیفرنیا، مورخ 30 سپتامبر 2020، تشریح شده‌اند.

- به دلیل افزایش احتمال انتقال بیماری بین تیم‌های ورزشی، برای فضای باز تماس متوسط و پُر تماس، انجام آزمایش اکیداً توصیه می‌شود.

- در محل برگزاری مسابقات ورزش‌های تفریحی جوانان و بزرگسالان در فضای باز، برای فروش تنقلات بوفه‌ای باید از الزامات مربوط به مواد غذایی تبعیت شود. این الزامات در پروتکل رویدادها و اجراهای زنده (در فضای سرپوشیده و بصورت نشسته) درج شده‌اند.

- در ورزش‌های داخل سالن، ظرفیت اماكن ورزشی سرپوشیده باید با توجه به اساسنامه ساختمان یا آیین‌نامه حریق، به 50% محدود شود.

کووید-19 همچنان عامل ایجاد خطی شگرف برای جوامع بوده و کلیه افراد ملزم هستند اقدامات پیشگیرانه را رعایت کرده و در راستای کاهش خطر شیوع بیماری، عملیات‌ها و فعالیت‌های خود را اصلاح نمایند. راهنمای فعالیت‌های سازمان یافته مرتبط با ورزش‌های تفریحی جوانان و بزرگسالان در این پروتکل ارائه شده تا خط گسترش کووید-19 حین شرکت در چنین ورزش‌هایی کاهش یابد. شرایط زیر مختص برنامه‌های ورزشی تفریحی جوانان و بزرگسالان است («ورزش‌های تفریحی») که بنا بر فرمان افسر بهداشت اداره بهداشت عمومی ایالت، مجاز به بازگشایی هستند. علاوه بر شروط اعمال شده بر این برنامه‌ها توسعه افسر اداره بهداشت عمومی ایالتی، این نوع برنامه‌ها همچنین باید از شروط عنوان شده در این چک لیست درخصوص ورزش‌های تفریحی جوانان و بزرگسالان، پیروی نمایند. در راستای مباحث این پروتکل، تعریف ورزش جوانان، فعالیت‌های ورزشی سازمان یافته یا لیگ‌هایی می‌باشد که برای افراد 18 ساله و جوان‌تر تشکیل شده است.

توجه داشته باشید که این پروتکل در مورد لیگ‌های سازمان یافته ورزش‌های تفریحی جوانان و بزرگسالان، باشگاه‌های ورزشی، سفرهای ورزشی، رویدادها/اجتماعات/مسابقات ورزشی و ورزش‌های تحت حمایت مدارس خصوصی و دولتی خدمت رسان به دانشآموزان مدارس TK-12، اعمال می‌شود. این پروتکل بر ورزش‌های دانشگاهی یا حرفاًی یا رویدادهای اجتماعی همچون ماراتون‌ها، نیمه ماراتون‌ها و مسابقات استقامتی اطلاق پذیر نیست. این رویدادها باید از پروتکل این شهرستان برای رویدادهای ورزشی همگانی تبعیت کنند.

از سرگیری تمرینات آماده‌سازی جسمانی، تمرین، مهارت سازی و تمرینات حرفاًی و برگزاری تمام مسابقات ورزش‌های تفریحی جوانان و بزرگسالان داخل و خارج سالن، مطابق با راهنمای ایالتی و پروتکل پیش رو مجاز است. اکیداً توصیه می‌شود تمامی فعالیت‌های ورزشی در فضای باز و جایی که خطر شیوع بیماری در آن کمتر است، انجام شوند.

در صورت پاییندی تیم به الزامات تکمیلی وضع شده بر ورزش‌های دانشگاهی، ورزش‌های تفریحی جوانان تماس متوسط و پُر تماس داخل سالن، مجازند برگزاری مسابقات و تمرینات تماشی را از سرگیرند که از جمله آن می‌توان به تمرینات آماده‌سازی جسمانی، مهارت سازی، تمرینات حرفه‌ای، تمرینات تماشی و برگزاری مسابقات اشاره نمود. لازم به ذکر است که الزامات نامبرده در راهنمای مؤسسات آموزش عالی کالیفرنیا، مورخ 30 سپتامبر 2020، عنوان شده و با الزامات مندرج در این پروتکل منطبق است. الزامات ورزش‌های دانشگاهی برای هر مجموعه عبارتند از آزمایش‌دهی منظم، اجرای طرح بازگشت اینم به بازی و طرح اینمی مکان محور. چنانچه مسابقات و تمرینات تماشی فقط در فضای باز برگزار شوند، در این صورت الزامات تکمیلی مربوط به ورزش‌های دانشگاهی اعمال نمی‌شوند. انجام تمرینات آمادگی جسمانی، مهارت سازی و تمرینات حرفه‌ای داخل سالن باید کماکن با پروتکل بارگشایی باشگاهها و مجموعه‌های بدنسازی: ضمیمه L مطابقت داشته باشد. حضور ناظران و تماشگران در ورزش‌های فضای باز جوانان و بزرگسالان، مطابق با پروتکل اداره بهداشت عمومی شهرستان لس آنجلس برای رویدادهای زنده نشسته در فضای باز مجاز است. حضور ناظران و تماشگران در ورزش‌های داخل سالن جوانان و بزرگسالان، مطابق با پروتکل اداره بهداشت عمومی شهرستان لس آنجلس برای رویدادهای زنده نشسته در فضای سرپوشیده مجاز است. در صورت حضور ناظران و تماشگران، الزامات اطلاق پذیر پروتکل پیش‌رو را بررسی و اجرا کنید.

خطر شیوع کووید-19 از فرد آلوده به کسانی که کاملًا واکسینه نیستند، حتی اگر حال فرد مبتلا مساعد باشد، از عوامل زیر تأثیر می‌پذیرد:

- این خطر در فضای سرپوشیده به طور قابل ملاحظه‌ای افزایش می‌یابد.
- با نپوشیدن ماسک بصورت صحیح و مستمر و رعایت نکردن فاصله گذاری فیزیکی، خطر انتقال افزایش می‌یابد.
- زیاد شدن تماس میان شرکت‌کنندگان، تماس نزدیک (به ویژه تماس چهره به چهره) و تعداد دفعات و مجموع مدت زمان تماس نزدیک، خطر انتقال ذرات تنفسی بین شرکت‌کنندگان را افزایش می‌دهد.
- با شدیدتر شدن فعالیت فیزیکی، خطر انتقال افزایش می‌یابد؛ شدیدتر شدن فعالیت فیزیکی سرعت و حجم هوای تنفس شده را در هر دم و بازدم بیشتر می‌کند.
- خطر انتقال با ترکیب شدن گروه‌ها هم گروهی‌ها به ویژه در جوامع مختلف (در طول یا خارج از بازی‌های ورزشی) افزایش می‌یابد؛ اختلاط با افراد بیشتر سبب می‌شود خطر حضور فرد آلوده در میان جمع افزایش یابد.

ورزش‌های تفریحی بر اساس میزان تماس و خطر انتقال در جدول زیر دسته بندی شده‌اند. فعالیت‌های فضای باز که امکان پوشیدن ماسک و برقراری فاصله گذاری فیزیکی را برای تمامی افراد فراهم می‌سازند، خطر کمتری در مقایسه با فعالیت‌های فضای سرپوشیده‌ای دارند که مستلزم تماس نزدیک بین شرکت‌کنندگان و فعالیت فیزیکی شدید هستند که این امر باعث افزایش پخش قطرک‌های تنفسی و ذراتی می‌شود که امکان استفاده مداوم از ماسک را محدود می‌کنند. برگزاری رقابت میان تیم‌های مختلف و شرکت‌کنندگان متعدد نیز باعث افزایش ترکیب افراد، تعامل میان گروه‌ها و جوامع خارجی می‌شود که این امر نیز در شیوع احتمالی کووید-19 دخیل خواهد بود. در وضعیت فعلی، برگزاری هرگونه تورنمنت یا رویداد با شرکت بیش از دو تیم مجاز نمی‌باشد.

لطفاً در نظر داشته باشید که فهرست مندرج در جدول ۱ زیر جامع نیست بلکه مثالی از ورزش‌هایی با میزان تماس مختلف در آن ذکر شده تا بدین وسیله میزان خطر و سطح مناسب سایر ورزش‌ها را بنوان با استفاده از آن ارزیابی نمود. توجه داشته باشید تمام ورزشهایی که در سطوح پایین‌تر (کم خطر تر) مجاز هستند در سطوح بالاتر (پر خطر تر) نیز مجاز نلقی می‌شوند.

در پروتکل های پیش رو، اصطلاح «خانوار» به معنای «افرادیست که در یک واحد مسکونی با یکدیگر زندگی می‌کنند» و شامل طریقه زندگی گروهی سازمانی مانند خوابگاه، خوابگاه انجمن‌های برادری، خوابگاه انجمن‌های خواهri، صومعه، خانقاہ راهبان، یا مراکز مراقبتی مسکونی، یا تشکیلات مسکونی تجاری مانند مهمانخانه‌های شبانه روزی، هتل‌ها یا متن‌ها نمی‌شود.¹ واژه‌های «کارکنان» و «کارمندان» شامل مریبان، کارمندان، کارکنان پشتیبان، داوطلبان، کارورزان و کارآموزان، پژوهشگران و تمام افراد دیگریست که در محل مذکور کار می‌کنند یا به انجام فعالیت‌های مربوط به ورزش‌های تفریحی مشغول هستند. واژه «شرکت‌کنندگان»، «اعضای خانواده»، «مراجعان» یا «مشتریان» باید به گونه‌ای استنتاج شود که عموم افراد و سایر کسانی که جزو کارکنان یا کارمندان نیستند و زمان خود را در کسب و کار یا محل مربوطه صرف یا در فعالیت‌ها شرکت می‌کنند را نیز در برگیرد. واژه‌های «مجموعه/تسهیلات»، « محل» و «مرکز» هر دو به ساختمان، محوطه و همچنین هر ساختمان یا مستغلات مجاوری اشاره دارند که در آن فعالیت‌های مجاز صورت می‌پذیرد. مقصود از «LACDPH» یا «اداره بهداشت عمومی»، «اداره بهداشت عمومی شهرستان لس آنجلس» می‌باشد.

¹ آین نامه شهرستان لس آنجلس، سرفصل F-22.14.060 § 1, 1 تیر 2019 (2019-0004)

https://library.municode.com/ca/los_angeles_county/codes/code_of_ordinances?nodeId=T1T2PLZO_DIV2DE_CH22.14DE_22.14.060F

در راستای مباحث این پروتکل، افراد زمانی در برابر کووید-19² «کاملاً واکسینه» تلقی می‌شوند که:

- ۲ هفته یا بیشتر از دریافت دوز دوم از سری واکسن 2-نوبتی کووید-19، مانند Pfizer یا Moderna، سپری شده باشد، یا
- ۲ هفته یا بیشتر از دریافت واکسن تک-دوزی کووید-19، مانند Johnson & Johnson (J&J)/Janssen، سپری شده باشد.

جدول 1: ورزش‌های تفریحی جوانان و بزرگسالان که در سطح کنونی شهرستان مجاز هستند³

سطح کمینه (زرد)	سطح متوسط (نارنجی)	سطح کلان (قرمز)	سطح گسترده (بنفش)
ورزش‌های فضای سرپوشیده و با تماس متوسط:	ورزش‌های فضای باز و پُر تماس:	ورزش‌های فضای باز و با تماس متوسط:	ورزش‌های فضای باز و کم تماس:
<ul style="list-style-type: none"> • بدミニتون (دو نفره) چیرلیدینگ رقص (تماس مقطعی) داشبال کیکبال پیکلبال (دو نفره) راکتbal چیرلیدری کنار خط اسکواش تنیس (دو نفره) والیبال 	<ul style="list-style-type: none"> • بسکتبال فوتبال هاکی روی یخ لاکراس (پسران/مردان) راگبی روئینگ/کرو (با 2 نفر یا بیشتر) ساکر واترپلو 	<ul style="list-style-type: none"> • بدミニتون (دو نفره) بیس بال چیرلیدینگ داشبال هاکی روی چمن فلگ فوتبال ژیمناستیک کیکبال لاکراس (دختران/زنان) پیکلبال (دو نفره) چیرلیدری کنار خط سافتبال تنیس (دو نفره) والیبال 	<ul style="list-style-type: none"> • تیراندازی با کمان بدミニتون (تک نفره) گروه نوازندگان دوچرخه سواری بوچه گرن هل دو صحرانوردی رقص (بدون تماس) گلف دیسک گروه درام مسابقات سوارکاری (شامل رودیو) که در آن واحد تنها یک سوارکار در انجام آن مشارکت دارد گلف پاتیناژ و اسکیت سواری (بدون تماس) بولینگ چمنی هنرهای رزمی (بدون تماس) آمادگی جسمانی (مانند یوگا، زومبا، تای چی) پیکلبال (تک نفره) روئینگ/کرو (با 1 نفر) دو شافل بورد تیراندازی اسکیت اسکی و اسنوبردسواری پاچیله

² ان دسته ۲ واکسن‌های کووید-19 دلای مجوزی که در حال حاضر ۲ سوی سازمان غذا و دارو مجوز استفاده اضطراری دریافت کرده‌اند، مصدق مورد یاد شده هستند: واکسن‌های کووید-19 Pfizer-BioNTech و Moderna و Janssen (J&J) (Johnsen)، این نکته همچنین در خصوص آن دسته ۲ واکسن‌های کووید-19 دلای مجوزی که ۲ سازمان جهانی بهداشت مجوز استفاده اضطراری دریافت کرده‌اند (مانند AstraZeneca/Oxford)، اطلاق پذیر است. برای اطلاعات بیشتر درباره واکسن‌های کووید-19 مورد تایید WHO به [ویسایت سازمان بهداشت جهانی](#) مراجعه نمایید.

³ صفحه اداره بهداشت عمومی کالیفرنیا برای ورزش‌های تفریحی جوانان و بزرگسالان انجام پذیر در فضای باز و سرپوشیده

<https://www.cdph.ca.gov/Programs/CID/DCDC/Pages/COVID-19/outdoor-indoor-recreational-sports.aspx>

سطح کمینه (زرد)	سطح متوسط (نارنجی)	سطح کلان (قرمز)	سطح گسترده (بنفش)
			<ul style="list-style-type: none"> ● شنا و غواصی ● تنیس (تک نفره) ● دو و میدانی ● پیاده روی و کوهپیمایی

همچنین مجریان ورزش‌های تفریحی جوانان و بزرگسالان، مربیان و شرکت کنندگان ورزش شنا و غواصی باید به پروتکل استخراهای شنا عمومی این ایالت که مختص این گونه ورزش‌های تفریحی می‌باشد رجوع نمایند.

همچنین مجریان ورزش‌های تفریحی جوانان و بزرگسالان، مربیان و شرکت کنندگان رشته‌های ورزشی گلف و تنیس باید به پروتکل زمین‌های گلف و زمین‌های تنیس این ایالت که ویژه این گونه ورزش‌های تفریحی می‌باشد، رجوع نمایند.

لطفاً در نظر داشته باشید: این سند ممکن است هم‌زمان با دریافت اطلاعات و منابع تکمیلی به روز شود، بنابراین برای اطلاع از به روز رسانی‌های این سند حتماً به طور منظم وب سایت شهرستان لس آنجلس به نشانی <http://www.ph.lacounty.gov/media/Coronavirus/> را بررسی نمایید.

این چک لیست مؤلفه‌های زیر را در بر می‌گیرد:

- (1) حفاظت و حمایت از سلامت افراد
- (2) حصول اطمینان از فاصله گذاری فیزیکی مناسب
- (3) حصول اطمینان از کنترل سرایت صحیح
- (4) ارتباط با عموم مردم
- (5) تضمین دسترسی عادلانه به خدمات

با توسعه هرگونه پروتکل بازگشایی در برنامه شما، این پنج مؤلفه باید مورد توجه قرار گیرند.

کلیه تیم‌های ورزش‌های تفریحی باید همه اقدامات کاربردی ذکر شده در زیر را اجرا نمایند و آماده توضیح این نکته باشند که به چه دلیل هر اقدامی که اجرا نمی‌شود، قابل اجرا نبوده است.

نام تیم/لیگ ورزش تفریحی:

نام مربی و آدرس مجموعه:

A. اقداماتی جهت تضمین ایمنی شرکت کننده، مربی و کارکنان پشتیبان

■ شرکت کنندگان و تیم‌های ورزش‌های تفریحی فضای باز می‌توانند در تمرین، آماده سازی، مهارت سازی و برگزاری رقابت‌ها به شرح زیر شرکت کنند. تا حد امکان، شرکت کنندگان، مربیان و کارکنان پشتیبان باشیستی (الف) فاصله فیزیکی حداقل شش فوت را در تمام مدت و ب) فاصله هشت فوت را هنگام فعالیت‌های فیزیکی شدید میان یکدیگر حفظ کنند.

■ در طول تمرین و آماده سازی، تمامی شرکت کنندگان ورزشی ملزم هستند ماسک مناسبی بزنند که بسته به تحمل افراد حتی هنگام انجام فعالیت‌های فیزیکی شدید، همواره بینی و دهان را می‌پوشاند و از این نظر ایمنی کلیه شرکت کنندگان را حفظ می‌کند. در طول مسابقات، هنگام عدم شرکت در فعالیت باید ماسک زد (مثالاً هنگام حضور لب خط). برای کسب اطلاعات بیشتر درباره ماسک به این نشانی مراجعه نمایید: <http://publichealth.lacounty.gov/>. زمانی که پوشیدن ماسک ممکن است خطر آفرین باشد، همچون هنگام حضور در آب، خوردن آشامیدن، یا ضمن انجام فعالیت‌های شدید فیزیکی بصورت انفرادی (مانند تنها دویدن)، افراد از پوشیدن آن معاف هستند. برای کسب اطلاعات بیشتر درباره ماسک به این نشانی

مراجعه نمایید: <http://publichealth.lacounty.gov/acd/ncorona2019/masks/>. این امر در مورد کلیه بزرگسالان و کودکان 2 سال به بالا صدق می‌کند. نباید از ماسک‌هایی با سوپاپ یک طرفه استفاده کرد. تنها افرادی از پوشیدن ماسک مستثنی هستند که به دلیل بیماری، شرایط سلامت روحی، یا ناتوانی که در پوشیدن ماسک خلل ایجاد می‌کند، از سوی ارائه دهنده خدمات پزشکی شان، دستور داشته باشند ماسک نزنند. شرکت‌کنندگان در صورت وجود هرگونه مشکل تنفسی باید تمرين را متوقف کرده و استراحت کنند و/یا ماسک خود را بردارند و اگر ماسک آنان خیس شده و به صورت شرکت‌کننده چسبیده و تنفس او را سد کرده است، باید آن را تعویض کنند. شرکت‌کنندگان باید در تمام مدت زمانی که ماسک خود را به طور موقت برداشته‌اند، فاصله فیزیکی را میان یکدیگر حفظ نمایند. ماسک‌هایی که تحت فعالیت فیزیکی شدید جریان هوا را محدود می‌کنند (مانند ماسک‌های N-95) برای ورزش توصیه نمی‌شوند.

تمامی مربیان، کارکنان پشتیبان، اعضاي خانواده، ناظران و مراجعان موظفند **ماسک مناسبی** بر چهره داشته باشند که همواره بینی و دهان آنان را می‌پوشاند. این امر در مورد کلیه بزرگسالان و کودکان 2 سال به بالا صدق می‌کند. نباید از ماسک‌هایی با سوپاپ یک طرفه استفاده کرد. افرادی که به دستور ارائه دهنده خدمات پزشکی شان نباید ماسک بزنند، می‌بایستی در انطباق با مقررات ایالتی، تا زمانی که شرایط برایشان مهیاست، از یک محافظ صورت به همراه آویزی پارچه‌ای در لبه پایینی استفاده کنند. ترجیح با آویز پارچه‌ای است که زیر چانه را بطور کامل پوشاند.

به همه افراد دخیل ابلاغ شده چنانچه بیمار هستند **با خیرآ** در معرض مواجهه با شخصی قرار گرفته‌اند که به کووید-19 مبتلاست و باید قرنطینه شود، محل کار نیایند **با در فعالیت‌ها شرکت نکنند**. کلیه افراد مطلع هستند که در صورت اطلاق، باید از راهنمای **LACDPH** برای انزوای شخصی و قرنطینه، پیروی کنند. سیاست‌های مرخصی محل کار کارکنان بررسی و اصلاح شد تا اطمینان حاصل شود کارکنان در هنگام اقامت در منزل به دلیل بیماری، مورد مؤاخذه قرار نمی‌گیرند.

مطابق راهنمای غربالگری ورودی LACDPH پیش از آنکه شرکت‌کنندگان، مربیان و کارکنان پشتیبان روزانه در فعالیت‌های مربوط به ورزش‌های تفریحی جوانان و بزرگسالان شرکت نمایند، غربالگری ورودی انجام می‌شود. بررسی‌ها باید شامل معاينه تب، سرفه، تنگی نفس، مشکل تنفسی و تب یا لرز باشد، و اینکه آیا فرد اکنون تحت فرمان انزوا یا قرنطینه قرار دارد یا خیر. انجام معاينات می‌تواند بصورت حضوری یا از طریق روش‌های جایگزین باشد مانند سامانه‌های معاينه آنلاین یا از طریق **علائمی** نصب شده در ورودی مجموعه که مقرر می‌کنند مراجعان مبتلا به این علائم نباید به مستغلات مجموعه وارد شوند.

اگر فرد هیچ علائمی نداشته باشد، در حال حاضر تحت فرمان انزوا یا قرنطینه نباشد، و چنانچه ظرف 10 روز گذشته با مورد شناسایی شده کووید-19 هیچ‌گونه تماسی نداشته است، می‌تواند برای شرکت در فعالیت آن روز ترخیص شود.

اگر فرد **کاملاً در برابر کووید-19** و اکسینه نباشد **و ظرف 10 روز گذشته با مورد شناسایی شده کووید-19** تماس داشته یا اکنون تحت فرمان قرنطینه قرار دارد، باید فوراً به منزل فرستاده شود و از وی درخواست گردد تا در خانه قرنطینه شود. دستورالعمل‌های مربوط به قرنطینه در نشانی **ph.lacounty.gov/covidquarantine** را در اختیار آنان قرار دهید. فرد **کاملاً و اکسینه شده** یا **کسی که طی 90 روز گذشته از ابتلای تأیید شده آزمایشگاهی کووید-19** بهبود یافته، بس از مواجهه با مورد شناسایی شده کووید-19 ظرف 10 روز گذشته، به شرطی که بدون علامت باقی بماند، نیازی نیست خود را قرنطینه کند. کسانی که به علائم کووید-19 مبتلا می‌شوند باید خود را ایزوله کنند.

اگر فردی دارای هر کدام از علائم ذکر شده در بالا باشد یا اکنون تحت فرمان ایزوله قرار داشته باشد، باید فوراً به منزل فرستاده و از وی خواسته شود تا در خانه قرنطینه گردد. دستورالعمل‌های مربوط به ایزوله در **ph.lacounty.gov/covidisolation** را در اختیار آنان قرار دهید.

برای ورزش جوانان، جهت تعیین اقدامات بعدی در خصوص افرادی که مورد آزمایش کووید-19 قرار نگرفته‌اند، اما نتیجه غربالگری علائم آنان یا مخاطبین شان طی انجام غربالگری ورودی مثبت شده، رجوع نمایید به **راهنمای اداره بهداشت عمومی** درباره مسیرهای تصمیم‌گیری غربالگری و مواجهه برای افراد دارای علائم و مخاطبین افراد بالقوه مبتلا در مؤسسات آموزشی.

شرکت‌کنندگان را تشویق کنید تا بطری‌های آب از قبل خریداری شده با از قبیل پر شده قابل استفاده مجدد خود را به همراه داشته باشند. شیرهای آب خوری تنها برای پر کردن بطری‌های آب در دسترس هستند. شرکت‌کنندگان نباید از ظرف نوشیدنی یکسان بنشنند یا نوشیدنی‌ها را با یکدیگر به اشتراک بگذارند.

حمل و نقل تیم:

- سفر تیم‌ها با اتوبوس/ون ممکن است خطر انتقال بیشتری همراه آورد. اگر تیم‌ها با اتوبوس/ون سفر می‌کنند، اقدامات اینمی زیر را رعایت کنید:
 - **حداکثر 1** داش آموز یا شرکت‌کننده بزرگسال بر روی هر صندلی اتوبوس می‌تواند بنشینند.
 - زدن ماسک در تمام مدت الزامیست.

- استفاده از ردیف‌ها بصورت یکی در میان اکیداً توصیه می‌شود اما الزامی نیست.
- پنجره‌ها را در تمام مدت سفر پایین باشند مگر آنکه این امر امکان‌پذیر نباشد.
- سفر با ماشین شخصی باید فقط به این افراد محدود شود: اعضای درجه یک خانوار، کسانی که داشت آموز معمولاً روزانه همراه آنان با سواری اشتراکی به مدرسه می‌رود و بازمی‌گردند، یا کسانی که کاملاً در برابر کووید-19 واکسینه هستند.
- تمامی فعالیت‌های ورزشی تفریحی که در فضای باز برگزار می‌شوند باید در محیطی روباز انجام شوند تا خطر انتقال بیماری برای شرکت‌کنندگان، مردمیان، کارکنان پشتیبان و تماسچیان، اگر اجازه حضور دارند، کاهش یابد. تیم‌ها مجاز هستند از سایبان خیمه‌ای، یا سایر چادرهای سایبان استفاده نمایند اما تنها در صورتی که کناره‌های سایبان خیمه‌ای یا چادرهای سایبان مخصوص نباشند، هوای آزاد به میزان کافی در آن در جریان باشد و بنا بر راهنمای ایالتی استفاده از سازه‌های موقت، سازه مذکور در دسته سازه‌های فضای باز طبقه بندی شود. حرکت باد و هوا در فضاهای خارجی و از طریق آن می‌تواند به کاهش غلظت ویروس در هوا و محدودسازی سرایت آن از فردی به فرد دیگر کمک کند.
- رضایت‌نامه آگاهانه ورزش جوانان
- به علت ماهیت و خطر انتقال کووید-19 حین شرکت در ورزش‌های داخل سالن و ورزش‌های فضای باز پُر تماس و تماس متوسط (آنچنانکه در جدول 1 مشخص شده است)، تیم‌های مربوطه باید فرایند اخذ رضایت‌نامه آگاهانه از شرکت‌کنندگان و والدین/مراقب آنان را پیاده‌سازی کرده و بدقت به آن پاییند باشند. رضایت‌نامه آگاهانه باید اطلاعاتی در خصوص خطر انتقال متوجه تمامی شرکت‌کنندگان بالغ و کلیه والدین/مراقبان شرکت‌کنندگان صغیر (خردسال) در آن رشته ورزشی ارائه کند. شرکت‌کنندگان بالغ و والدین/مراقبان شرکت‌کنندگان خردسالان باید در ک و [تصدیق خطرات مذکور را با امضای فرم رضایت تأیید کنند. نمونه فرم رضایت‌نامه در این نشانی قابل دریافت است:](http://publichealth.lacounty.gov/media/coronavirus/docs/community/Sports_InformedConsentExample.pdf)
- [lacounty.gov/media/coronavirus/docs/community/Sports_InformedConsentExample.pdf](http://publichealth.lacounty.gov/media/coronavirus/docs/community/Sports_InformedConsentExample.pdf).
- آزمایش‌دهی روتینی توصیه شده برای ورزش‌ها
- تیم‌های ورزشی در ورزش‌های پُر تماس و تماس متوسط فضای باز (آنچنانکه در جدول شماره 1 مشخص شده) شدیداً توصیه می‌شوند که شرکت‌کنندگان و مردمیان را که در طول فصل عادی و پس از آن کاملاً واکسینه نشده‌اند، مورد آزمایش‌های هفتگی (آزمایش آنتی ژن یا PCR کووید-19) قرار دهند. افرادی که برای اثبات واکسیناسیون کامل در برابر کووید-19⁴ مدرک ارائه می‌دهند، یا طی 90 روز گذشته، از ابتلای تأیید شده آزمایشگاهی کووید-19 بهبود یافته‌اند یا دوره انزوا را به پایان رسانده‌اند، اگر بدون علامت هستند، نباید در تست غربالگری دوره‌ای کووید-19 شامل شوند. غربالگری افرادی که قبلاً به کووید-19⁵ مبتلا شده‌اند و واکسینه نیستند، باید 90 روز پس از بروز اولین علائم یا 90 روز پس از دریافت نتیجه آزمایش مثبت (اگر بدون علامت بوده‌اند) آغاز شود.
- در صورت برگزاری رقابت، نتایج آزمایش کووید-19⁶ یا مدارک واکسیناسیون کامل در برابر کووید-19 باید 24 ساعت قبل از برگزاری مسابقه در دسترس مردمیان قرار گیرد و بررسی شود. اگر یک شرکت‌کننده جوان بصورت هفتگی برای کووید-19 آزمایش شود، این آزمایش هفتگی کافی بوده و الزامات آزمایش‌دهی آن هفته و تمامی مسابقات آتی که در آن هفته برگزار می‌شود را برآورده می‌سازد.
- نتایج آزمایش‌های آنتی ژن باید همواره باید با توجه به سایقه مواجهه و بازنمایی بالینی فرد مورد آزمایش تفسیر شود. نتیجه مثبت آزمایش آنتی ژن در فرد بدون علامتی که مواجهه شناسایی شده‌ای با بیماری نداشته باید با آزمایش PCR تأیید شود. نتیجه آزمایش آنتی ژن منفی در فرد مبتلا به علائم کووید-19⁷ منفی احتمالی است و باید با آزمایش PCR تأیید شود؛ فرد دارای علائم باید در مدت زمانی که منتظر دریافت نتیجه آزمایش PCR است، کماکان از انزوا ادامه دهد.
- اگر نتیجه آزمایشی 24 ساعت قبل از بازی آماده نباشد، فرد مورد آزمایش اجازه بازی⁸ یا مشارکت ندارد. اگر نتیجه آزمایشی کووید-19 نامشخص یا مثبت شود، فرد مورد آزمایش باید بلافصله برای ایزوله به خانه فرستاده شود. دستورالعمل‌های مربوط به ایزوله در

⁴ مولودی که در ادله آمده‌اند برای ثبات «واکسیناسیون کامل» قابل قبول است: ۱) کارت شناسایی عکس‌دار فرد شرکت کننده ۲) کارت واکسیناسیون (که شامل نام فرد واکسینه شده، نوع واکسن کووید-19 دریافتی و تاریخ دریافت اخرين دوز است) یا عکسی از کارت واکسیناسیون فرد شرکت کننده به عنوان سندی مجزا یا عکسی از کارت واکسن فرد شرکت کننده در رویداد که بر روی گوشی یا دستگاه الکترونیکی ذخیره شده است یا مستندات صادره از سوی یک راهه دهنده خدمات درمانی در خصوص واکسیناسیون کامل (که شامل نام شرکت کننده واکسینه شده و تأیید این مورد است که وی کاملاً در برابر کووید-19 واکسینه شده است).

⁵ مولودی که در ادله آمده‌اند برای ثبات اثبات ابتلای قبلی به کووید-19 (نتیجه تست ویروسی مثبت قبلی) و تکمیل دوره انزواطی ۹۰ روز گذشته قابل قبول هستند: کارت شناسایی عکس‌دار و همراه داشتن نتیجه مثبت آزمایش PCR یا آزمایش آنتی ژن کووید-19 بصورت کمی کاغذی یا کپی دیجیتال در گوشی. آزمایش‌های نامبرده باید طی ۹۰ روز گذشته انجام شده باشد. آزمایش‌هایی که طی ۱۰ روز گذشته انجام شده باشند، مورد قبول نیستند افراد باید قبل از شرکت، الزامات ایزوله را تکمیل کرده باشند.

را در اختیار آنان قرار دهد.
ph.lacounty.gov/covidisolation

- توجه: انجام آزمایش در صورتی که نرخ تعدیلی موارد ابتلای این شهرستان از 7 مورد به ازای هر 100,000 نفر تجاوز کند، الزامیست.

در صورت پایبندی تیم به الزامات تکمیلی وضع شده بر ورزش‌های دانشگاهی، لیگ‌ها/تیم‌های ورزشی جوانان مجازند برای ورزش‌های **تماس متوسط و پُر تماس داخل سالنی** برگزاری مسابقات و تمرینات تماشی را از سرگیرند که از جمله آن می‌توان به تمرینات آماده‌سازی جسمانی، مهارت سازی، تمرینات حرفه‌ای، تمرینات تماشی و برگزاری مسابقات اشاره نمود. لازم به ذکر است که الزامات نامبرده در **راهنمای مؤسسات آموزش عالی کالیفرنیا**، مورخ 30 سپتامبر 2020، عنوان شده که موارد زیر بخشی از آنهاست:

- انجام آزمایش‌های دوره‌ای منظم کووید-19:

▪ لازم الاجرا از سه شنبه، 11 می 2021، ساعت 12:01 صبح، شرکت‌کنندگان، مریبان و کارکنان پشتیبان باید مرتبأ برای کووید-19 آزمایش شوند. این آزمایش‌ها شامل تست‌های پایه و تست‌های مستمر غربالگری است. بر اساس شواهد و استانداردهای موجود، هر دو آزمایش روزانه آنتی ژن و آزمایش دوره‌ای PCR، روش‌های مورد پذیرش جهت تست پایه و تست مستمر غربالگری هستند.

• در صورت پیروی از یک پروتکل آزمایش‌دهی روزانه آنتی ژن، این پروتکل باید با آزمایش PCR شروع شود و به دنبال آن آزمایش روزانه آنتی ژن انجام شود. جهت تأیید نتیجه مثبت آزمایش آنتی ژن، لازم است آزمایش PCR انجام شود. انجام آزمایش PCR برای ورزشکاران و کارکنان علامت دار الزامیست و باید ظرف 24 ساعت پس از گزارش علائم بیماری انجام شود.

• برای ورزش‌های تماس پُر خطر (بسکتبال، هاکی روی چمن، فوتbal، هاکی روی یخ، لاکراس، روئینگ، راگبی، ساکر، اسکواش، والیبال، واترپلو و کشتی)، برگزاری مسابقه میان تیم‌ها منوط به آن است که تیم بتواند نتیجه آزمایش کووید-19 و نتیجه آزمایش تمامی ورزشکاران و کارکنان پشتیبان را ظرف 48 ساعت قبل از برگزاری هر مسابقه ارائه دهد.

• نتایج آزمایش‌های آنتی ژن باید همواره باید با توجه به سابقه مواجهه و بازنمایی بالینی فرد مورد آزمایش تفسیر شود. نتیجه مثبت آزمایش آنتی ژن در فرد بدون علامتی که مواجهه شناسایی شدهای با بیماری نداشته باید با آزمایش PCR تأیید شود. نتیجه آزمایش آنتی ژن منفی در فرد مبتلا به علائم کووید-19، منفی احتمالی است و باید با آزمایش PCR تأیید شود؛ فرد دارای علائم باید در مدت زمانی که منتظر دریافت نتیجه آزمایش PCR است، کماکان به انزوا ادامه دهد.

• اگر آزمایش و نتایج آن 48 ساعت قبل از بازی، تمرین یا مسابقه آماده نباشد، فرد اجازه بازی ندارد. اگر نتیجه آزمایشی کووید-19 نامشخص یا مثبت شود، فرد مورد آزمایش باید بلافصله برای ایزوله به خانه فرستاده شود. دستورالعمل‌های مربوط به ایزوله در ph.lacounty.gov/covidisolation ارائه شده.

• افرادی که برای اثبات واکسیناسیون کامل در برابر کووید-19⁶ مدرک ارائه می‌دهند، یا طی 90 روز گذشته، از ابتلای تأیید شده آزمایشگاهی کووید-19 بپهود یافته‌اند یا دوره انزوا را به پایان رسانده‌اند، نباید در تست غربالگری دوره‌ای کووید-19 شامل شوند. غربالگری افرادی که قبلاً به کووید-19 مبتلا شده‌اند، باید 90 روز پس از بروز اولین علائم یا 90 روز پس از دریافت نتیجه آزمایش مثبت (اگر بدون علامت بوده‌اند) آغاز شود.

- اتخاذ و پایبندی به طرح بازگشت به ایمنی بازی

▪ نهاد حامی تیم ورزشی (مانند مدرسه، لیگ یا تیم) باید یک «طرح بازگشت به ایمنی بازی» را اتخاذ کرده و از آن تعییت کند و حداقل 14 روز قبل از شروع مجدد فعالیت‌های ورزشی داخل سالن، این طرح را همراه با یک طرح ایمنی مکان محور به LACDPH ارسال

⁶ مولودی که در ادله آمده‌اند برای ثبات «واکسیناسیون کامل» قابل قبول است: ۱) کارت شناسایی عکس‌دار فرد شرکت کننده ۲) کارت واکسیناسیون (که شامل نام فرد واکسینه شده، نوع واکسن کووید-19 دریافتی و تاریخ دریافت اخرين دوز است) یا عکسی از کارت واکسیناسیون فرد شرکت کننده به عنوان سندی مجزا یا عکسی از کارت واکسن فرد شرکت کننده در رویداد که بر روی گوشی یا دستگاه الکترونیکی ذخیره شده است یا مستندات صادره از سوی یک راه دهنده خدمات درمانی در خصوص واکسیناسیون کامل (که شامل نام شرکت کننده واکسینه شده و تأیید این مورد است که وی کاملاً در برابر کووید-19 واکسینه شده است).

⁷ مولودی که در ادله آمده‌اند برای ثبات ایتالی قابلی به کووید-19 (نتیجه تست ویروسی مثبت قبلی) و تکمیل دوره انزوا ۹۰ روز گذشته قابل قبول هستند: کارت شناسایی عکس‌دار و همراه دلشنیز نتیجه مثبت آزمایش PCR یا آزمایش آنتی ژن کووید-19 بصورت کمی کاغذی یا کپی دیجیتال در گوشی، آزمایش‌های نامبرده باید طی ۹۰ روز گذشته انجام شده باشد. آزمایش‌هایی که طی ۱۰ روز گذشته انجام شده باشند، مورد قبول نیستند افراد باید قبل از شرکت، الزامات ایزوله را تکمیل کرده باشند.

نماید. هر دو طرح را به آدرس ایمیل زیر ارسال کنید: **LACDPH.ehmail@ph.lacounty.gov** دریافت طرح‌های تیم ورزشی و تاریخ مجاز شروع فعالیت‌های تفریحی داخل سالن را تأیید خواهد کرد. LACDPH ممکن است جهت تعیین میزان مطابقت با طرح بازگشت به اینمی بازی و طرح اینمی مکان محور از محل بازدید نماید.

▪ طرح بازگشت به اینمی بازی باید مستندات کتبی مؤلفه‌های زیر را دارا باشد:

- شرحی از برنامه تیم برای روال مستمر برآوردسازی الزامات آزمایش‌دهی؛
 - طرحی برای غربالگری ورودی کلیه کارکنان، کارکنان پشتیبان تیم و شرکت‌کنندگان قبل از ورود به مجموعه، تمرین و مسابقه.
 - طرحی برای بررسی نتایج آزمایش‌ها و گزارش موارد مثبت به LACDPH طبق نیاز این پروتکل؛
 - طرحی برای انطباق با برنامه ردبایی مخاطبین LACDPH؛
 - طرحی برای اطمینان از اینکه شرکت‌کنندگان تا حد امکان گروه‌بندی شده‌اند؛
 - طرحی برای اطمینان از اینکه در طول سفر برای انجام بازی‌های خارج از خانه، تیم گروه‌بندی انجام شده را حفظ می‌کند و با تیم‌های محلی یا دیگر اعضای جامعه میزان ترکیب نمی‌شود.
 - شرح تلاش‌هایی که تیم برای انطباق با سایر جنبه‌های این پروتکل انجام خواهد داد؛ و
 - طرحی برای ابلاغ اصلاحات اینمی تیم به شرکت‌کنندگان، خانواده‌های آنان و در صورت لزوم، عموم افراد.
- اتخاذ و پایبندی به طرح اینمی مکان محور

▪ نهاد حامی تیم ورزشی (مانند مدرسه، لیگ یا تیم) باید برای هر یک از مجموعه‌های مورد استفاده تیم، طرحی مجموعه محور مکتوبی را در زمینه پیشگیری از کووید-19 تدوین نماید، ارزیابی جامع خطر تمامی مناطق کاری و ورزشی را انجام دهد، و در هر مجموعه فردی را به منظور اجرای طرح منصوب کند.

▪ برای هر تیم یا رشته ورزشی، نهاد حامی تیم باید فردی را برای پاسخگویی به دغدغه‌های کووید-19 ورزشکاران تعیین کند.

▪ نهاد حامی تیم ورزشی باید طرح مذکور را به کارکنان، نماینده کارکنان (در صورت اخلاق) و شرکت‌کنندگان آموزش دهد و با آنان در ارتباط باشد و طرح را در اختیار کارکنان و نماینده‌گان آنان قرار دهد؛ و

▪ نهاد حامی تیم ورزشی باید به طور منظم مجموعه را از نظر مطابقت با طرح و سند مربوطه ارزیابی نماید و نواقص شناسایی شده را اصلاح کند.

▪ در بازه 30 روزه قبل از بازگشایی ورزش‌های داخل سالن، یک متخصص HVAC از سیستم تهویه بازدید به عمل آورده و این سیستم در وضعیت عملکردی مناسبی قرار دارد؛ تهویه تا حد اکثر حد ممکن، افزایش یافته است. تهویه مؤثر یکی از مهم‌ترین راه‌های کنترل انتقال خفیف بیماری از طریق ذرات هوا است.

○ محدودسازی گنجایش فضای سرپوشیده:

▪ انجام تمرینات آمادگی جسمانی، مهارت سازی و تمرینات حرفة‌ای داخل سالن باید کماکان با الزامات و محدودیت‌های ظرفیتی پروتکل بازگشایی باشگاه‌ها و مجموعه‌های بدنسازی: ضمیمه ۱ مطابقت داشته باشد: حضور ناظران و تماشاگران در ورزش‌های داخل سالن جوانان و بزرگسالان، با رعایت الزامات و محدودیت‌های ظرفیتی مندرج در پروتکل اداره بهداشت عمومی شهرستان لس آنجلس برای رویدادهای زنده نشسته در فضای سرپوشیده مجاز است. در صورت حضور ناظران و تماشاگران، الزامات و محدودیت‌های ظرفیتی پروتکل مذکور را بررسی و اجرا کنید.

توجه نمایید: چنانچه مسابقات و تمرینات تمامی ورزش‌های جوانان تماس متوسط و پُر تماس فقط در فضای باز برگزار شوند، در این صورت الزامات تکمیلی مربوط به ورزش‌های دانشگاهی اعمال نمی‌شوند. انجام تمرینات آمادگی جسمانی، مهارت سازی و تمرینات حرفة‌ای داخل سالن باید کماکان با الزامات پروتکل بازگشایی باشگاه‌ها و مجموعه‌های بدنسازی: ضمیمه ۱ مطابقت داشته باشد:

□ به جز فعالیت‌هایی که در بالا توضیح داده شد، برگزاری سایر فعالیت‌های ورزشی در حال حاضر مجاز نیست. احتمال انتقال بیماری در محیط‌های سرپسته بیشتر است. این امر فعالیت‌های ورزشی بین تیم‌هایی که از الزامات فوق پیروی نمی‌کنند و نیز فعالیت‌های مرتبط با فضای سرپوشیده مانند صرف شام تیمی:

یا مطالعه فیلم را شامل می‌شود.

- برگزاری مسابقات بین تیمی** (که تحت عنوان رقبت بین 2 تیم تعریف می‌شود) برای تیم‌های ورزشی فضای باز و ورزش‌های داخل سالنی که تمامی الزامات مشخص شده را به شرح زیر تکمیل کرده‌اند، طبق شرایط زیر مجاز است:

- **برگزاری مسابقات بین تیمی تنها میان دو تیم مجاز است.**
- **برگزاری مسابقات بین تیمی تنها میان سایر تیم‌های کالیفرنیا مجاز است.**
- در کالیفرنیا، برگزاری تورنمنت‌ها یا رویدادهایی با شرکت بیش از دو تیم مجاز نمی‌باشد. استثنایی را می‌توان در نظر گرفت، منوط به دریافت مجوز کتبی از LACDPH و هر یک از بخش‌های اداره بهداشت محلی در مناطقی که تیم‌ها از آنجا نشأت می‌گیرند و برای رشته‌های ورزشی که وجود شرکت‌کنندگان تک نفره یا دو نفره از تیم‌های مختلف در آن عرف است، مانند: دو و میدانی، دو صحرابوردي، گلف، اسکی/استوبردسوواري، تنس؛ شنا/غواصي/موج سواري؛ دوچرخه سواري، واليلا و مسابقات اسب سواري.
- جهت برخورداری از استثناء مربوط به برگزاری رویدادها و مسابقات پیشنهادی در **شهرستان لس آنجلس** میان بیش از دو تیم یا شرکت‌کنندگان تک نفره یا دو نفره، باید از طریق این لینک، فرم درخواست را تکمیل کرد: https://forms.office.com/Pages/ResponsePage.aspx?id=SHJBzjqG0WVqY47dusgRhkHSYxz5JKiyxHrBS9oF_NUNE9JWUxCOVNMQ0wzRkBVTAxRkNFVIIzVC4u
- **تورنمنت‌ها یا رویدادها.** فرم درخواست آنلاین باید حداقل 14 روز قبل از برگزاری رویداد یا مسابقه پیشنهادی ارائه شود. درخواست‌ها به ترتیب دریافت شده بررسی می‌شوند. متقاضیان موظفند در درخواست آنلاین رویداد یا مسابقات پیشنهادی و همچنین اصلاحات اعمال شده به منظور انطباق با ضمیمه S و سایر الزامات کنترل سرايت مربوط را شرح دهند. LACDPH دریافت درخواست را تأیید می‌کند و ظرف 5 روز کاری پس از دریافت، با متقاضی تماس می‌گیرد.
- در صورت برآورده شدن تمام شرایط زیر، تیم‌هایی که در شهرستان لس آنجلس مستقر و سازماندهی شده‌اند، مجازند در رویدادها و مسابقاتی که خارج شهرستان لس آنجلس میان بیش از دو تیم یا شرکت‌کنندگان تک نفره یا دو نفره برگزار می‌شود، شرکت کنند:

 - رویداد موردنظر تأییدیه‌های لازم را از ادارا بهداشت عمومی شهرستان محل برگزاری، دریافت کرده است.
 - هر تیمی که در بازه 14-19 روزه قبل از برگزاری رویداد برنامه ریزی شده، در بین اعضای تیم یا کارکنان پشتیبان آن یک یا تعداد بیشتری مورد ابتلای کووید-19 مشاهده شده است، یا در بازه 14-روزه قبل از برگزاری رویداد برنامه ریزی شده، عده‌ای از اعضای تیم یا کارکنان پشتیبان آن به دلیل تماس نزدیک با مبتلای تأیید شده کووید-19 در قرنطینه قرار داشته باشند، اجازه ندارد بدون مشورت و تأییدیه رسمی واحد آموزش و پرورش LACDPH ACDC در رویداد مزبور شرکت کند تا مشخص شود کدام بازیکنان و کارکنان وارد شرایط مسابقه دادن هستند و کدام یک باید از مشارکت منع شوند. توجه داشته باشید که هر وضعیت منحصر به فرد بوده و بر اساس ضرورت حفظ اینمی کلیه شرکت‌کنندگان، محرومیت تمام تیم از شرکت در رویداد نیز می‌تواند یکی از حالت‌های ممکن باشد. برای تماس با واحد آموزش و پرورش ACDC ACDC-Education@ph.lacounty.gov به نشانی ایمیل بزنید.

- پاییندی تیم‌ها به توصیه‌های **مشاوره سفر CDPH** هنگام عزم سفر برای شرکت در مسابقات در شهرستان‌های دیگر.

- **تیم‌ها نباید در تورنمنت‌ها یا رقابت‌های برون‌ایالتی شرکت کنند.**

- تعریف تیم گروهی از بازیکنان است که در یک بازی رقابتی یا ورزشی یک سوی میدان را تشکیل می‌دهند.

- در هر روز، تنها برگزاری حداکثر یک مسابقه، به ازای هر تیم مجاز است.

■ موارد خاص، شامل چیرلیدری لب خط، گروه نوازندهان و گروه درام:

- چیرلیدری لب خط با مسابقات چیرلیدری قابل قیاس است و به عنوان یک ورزش تماس متوسط تلقی می‌شود و بر این اساس باید تمامی الزامات مربوط به سایر ورزش‌های فضای باز تماس متوسط را رعایت کند. در ورزش‌های دیگر، انجام چیرلیدری لب خط در مسابقات فضای باز میان دو تیم شرکت‌کننده مجاز است.

- گروه نوازندهان و گروه درام جزو فعالیت‌های کم تماس ورزش‌های تفریحی جوانان هستند و موظفند تمامی الزامات کنترل سرايت مربوطه را رعایت کنند. در ورزش‌های دیگر، حضور گروه نوازندهان و گروه درام در مسابقات فضای باز میان دو تیم رقیب، مجاز است.

- هر یک از مناطقی که در آن شرکت‌کنندگان، خارج از میدان یا زمین بازی نشانده شده‌اند (مانند نیمکت، محل استقرار افراد تیم، بولپن زمین بیسبال)، به گونه‌ای چیده شده که فضای اضافی ایجاد شود تا شرکت‌کنندگان و کارکنان بتوانند فاصله فیزیکی 6 فوت را حین حضور در منطقه موردنظر

حفظ کنند.

□ بوفه های فضای بازی که گردانندگان آن از LACDPH مجوز بهداشت عمومی دریافت کرده اند، در صورت انطباق با الزامات موجود در پروتکل رویدادهای زنده نشسته در فضای باز، ضمیمه Z مجازند فعالیت کنند. مشتریانی که از بوفه خرید می کنند، برای خوردن یا آشامیدن باید در محوطه های مخصوص غذاخوری در فضای باز یا تشمینگاه های فضای باز حضور یابند و در این حین فاصله فیزیکی را از کسانی که عضو خانوار آنان نیستند حفظ کنند. برای اخذ مجوز بهداشت عمومی، لطفاً به LACDPH به نشانی ehmail@ph.lacounty.gov ایمیل بزنید.

□ حضور ناظران و تماشاگران در ورزش های فضای باز جوانان و بزرگسالان، مطابق با **پروتکل اداره بهداشت عمومی شهرستان لس آنجلس برای رویدادهای زنده نشسته در فضای باز** مجاز است. در سطح زرد، حداقل ظرفیت قابل استفاده برای رویدادهای ورزشی فضای بازی که در آوردگاهها برگزار می شوند، با توجه به اساسنامه ساختمان و آیین نامه حریق ذیربسط، 67% بیشینه ظرفیت محل می باشد. در صورت حضور ناظران و تماشاگران، الزامات پروتکل مذکور را بررسی و اجرا کنید.

□ حضور ناظران و تماشاگران در ورزش های داخل سالن جوانان و بزرگسالان، مطابق با **پروتکل اداره بهداشت عمومی شهرستان لس آنجلس برای رویدادهای زنده نشسته در فضای سرپوشیده** مجاز است. حداقل ظرفیت قابل استفاده برای رویدادهای ورزشی داخل سالن، با توجه به حداقل ظرفیت آوردگاه محاسبه می شود، که مبنای آن اساسنامه ساختمان و/یا آیین نامه حریق ذیربسط است. در صورت حضور ناظران و تماشاگران، الزامات پروتکل مذکور را بررسی و اجرا کنید. بازی ها را ویدئو استریم کنید تا بتوان آن را از خانه «زنده» تماشا کرد.

□ شرکت کنندگان، مریبان و کارکنان پشتیبان باید از طریق تیم هم گروه باشند و از پیوستن به بیش از یک تیم در طول همان فصل یا بازه زمانی خودداری کنند. برای ورزش جوانان، به راهنمای **CDC درباره مدارس و هم گروهها** مراجعه نمایید.

□ برای حفظ فاصله فیزیکی، طراحی مجدد فعالیت های ورزشی تفریحی گروه های کوچکتر و چیدمان دوباره فضای تمرین و بازی را مد نظر قرار دهید.
□ تا حد ممکن، به شرکت کنندگان توصیه می شود که وسایل خود (مانند چوب بیسبال، چوب گلف، راکت) را برای تمرین کردن همراه بیاوردند و وسایل را به اشتراک نگذارند. شرکت کنندگان مجازند تجهیزات را بصورت محدود به اشتراک بگذارند، مانند ضربه زدن به توپ فوتbal بین دو شرکت کننده، یا پرتاپ توپ بیسبال، فوتbal، یا فریزبی در قالب بخشی از تمرینات مهارت سازی یا در جریان بازی. اگر برای مثال لازم است در جریان بازی وسایل به اشتراک گذاشته شوند، شرکت کنندگان باید قبل از بازی، هنگام استراحت، وقت استراحت بین دو نیمه و پس از اتمام فعالیت، اقدامات بهداشت دست را انجام دهند.

□ شرکت کنندگان، مریبان و کارکنان پشتیبان باید در موقعی که امکان شستشوی دست میسر نیست از ضد عفونی کننده دست استفاده دست انجام دهند. کننده باید تا خشک شدن کامل به دست ها مالید شود. نکته: شستشوی مکرر دست ها در مقایسه با استفاده از ضد عفونی های کننده دست مثرتر است، به ویژه زمانی که دست ها به طور مشهود آلوده هستند.

□ کودکان زیر 9 سال باید فقط تحت نظرارت بزرگسالان از ضد عفونی کننده دست استفاده نمایند. اگر آنان ضد عفونی کننده خورده اند با مرکز کنترل سموم تماس بگیرید: 1-800-222-1222. ضد عفونی های کننده دست پایه الکلی اتیل ترجیح داده می شود و زمانی که احتمال استفاده بدون نظرارت از سوی کودکان وجود دارد، باید از آن استفاده شود. ضد عفونی کننده های ایزوپروپیل سMI ترا و از طریق پوست قابل جذب هستند.

□ جهت محدود نمودن احتمال شیوع بیماری، شرکت کنندگان، مریبان و کارکنان پشتیبان از برقراری تماس فیزیکی غیر ضروری با یکدیگر (برای مثال بزن قدرش (های فایو)، دست دادن، با مشت دست دادن (فیست بامپ) منع می شوند).

□ تیم های ورزش های تفریحی که دارای مجموعه های سرپوشیده ای هستند که رختکن و سرویس بهداشتی دارد اما امکانات آن تنها محدود به این موارد نیست، می توانند به کارمندان، مریبان، کارکنان پشتیبان و شرکت کنندگان اجازه دهنده جهت استفاده از سرویس بهداشتی، استراحت، استفاده از رختکن و دوش، انجام امور اداری ضروری و انتقال روزانه لوازم و تجهیزات به داخل و خارج ساختمان، به مناطق سرپوشیده مجموعه دسترسی داشته باشند. ظرفیت در سرویس های بهداشتی، رختکن ها و دوش های سرپوشیده، باید با توجه به اساسنامه ساختمان یا آیین نامه حریق ذیربسط به 50% گنجایش شود. جهت محدود کردن ظرفیت سرویس بهداشتی، رختکن یا دوش مجموعه باید بر ورودی ها نظرارت داشته باشد تا از تجمع داخل ساختمان پیشگیری شود و برقراری فاصله گذاری فیزیکی میان مراجعانی که در صفحه سرویس بهداشتی هستند، تضمین گردد. مراجعه به رختکن یا سرویس های بهداشتی را بصورت نوبتی انجام دهید تا برقراری فاصله گذاری فیزیکی هنگام حضور در فضای سرپوشیده امکان پذیر باشد.

□ رختکن ها یا سرویس های بهداشتی مورد استفاده، به دفعات زیر و حداقل روزانه یکبار، طبق برنامه پیش رو ضد عفونی می شوند:

- رختکن‌ها
- سرویس‌های بهداشتی
- سایر موارد

- هنگام انتخاب محصولات نظافتی، از محصولات مورد تأییدی که برای استفاده در برابر کووید-19 در لیست تأیید شده "N" سازمان حفاظت از محیط زیست (EPA) قرار دارند، استفاده نمایید و از دستورالعمل‌های محصول پیروی کنید. این محصولات حاوی موادی بوده که برای افراد مبتلا به آسم ایمن‌تر هستند.
- از ضدغونه‌ی کننده‌هایی استفاده کنید که در برابر عوامل بیماری‌زا ویروسی جدید مؤثر هستند، از دستورات برچسب برای نزدیک‌سازی و مدت تماس با سطوح پیروی نمایید. به کارکنان آموزش‌هایی در خصوص خطرات مواد شیمیایی، دستورالعمل‌های شرکت تولید کننده، و ملزومات Cal/OSHA برای استفاده ایمن ارائه دهد.
- کارکنان متولی که مسئول تمیز و ضدغونه‌ی کردن محل هستند باید مطابق با دستورالعمل‌های محصول، به تجهیزات حفاظتی مناسب مجهز باشند، از جمله دستکش، محافظت چشم، محافظت تنفسی، و سایر تجهیزات حفاظتی مناسب. تمام محصولات باید خارج از دسترس کودکان قرار گیرند و در فضایی با دسترسی محدود ذخیره شوند.
- به همه کارکنان ابلاغ شده است که در صورت ابتلا به بیماری یا قرار گرفتن در معرض شخصی که به کووید-19 مبتلا بوده، به محل کار نباشند. کارکنان متوجه هستند که در صورت اطلاق، باید از راهنمای LACDPH برای انزواه شخصی و قرنطینه، پیروی کنند. سیاست‌های مرخصی محل کار مورد بررسی و اصلاح قرار گرفته است تا اطمینان حاصل شود کارکنان در هنگام اقامت در منزل به دلیل بیماری، مورد مواجهه قرار نمی‌گیرند.
- اطلاعاتی مربوط به مزایای مرخصی تحت حمایت کارفرما یا دولت که ممکن است شامل کارکنان شود در اختیار آنان قرار گرفته که از نظر مالی ماندن در منزل را برایشان آسان‌تر می‌کند. مراجعت کنید به اطلاعات تكمیلی طرح‌های دولتی حمایت از مرخصی استعلامی و غرامت کارکنان بابت کووید-19، شامل حقوق مرخصی استعلامی کارکنان تحت قانون تكمیلی مرخصی استعلامی با حقوق کووید-19 مصوب 2021
- پس از اطلاع از اینکه نتیجه آزمایش کووید-19 یک یا چند نفر از کارمندان، مریبان، کارکنان پشتیبان یا شرکت‌کنندگان مثبت شده (مورد ابتلا)، تیم برنامه یا پروتکلی در اختیار دارد تا این مورد/موارد ابتلا درخواست نماید در منزل خود را در انزوا قرار دهد و قرنطینه شخصی همه کارمندان، مریبان، کارکنان پشتیبان یا شرکت‌کنندگانی که در معرض این مورد/موارد ابتلا قرار گرفته بودند، الزام آور شود.
- طرح تیم یا لیگ باید پروتکلی برای تمام افراد قرنطینه شده در نظر داشته باشد که به آن دسترسی داشته باشند یا مورد آزمایش کووید-19 قرار گیرند تا مشخص شود آیا در محل کار افراد بیشتری در معرض قرار گرفته‌اند یا خیر، که این امر ممکن است نیازمند تدبیر کنترلی تكمیلی کووید-19 باشد. به راهنمای LACDPH در خصوص پاسخ به کووید-19 در محل کار مراجعت نمایید.
- گزارش موردي کووید-19:**

- در برنامه ورزشی جوانان، مریبی یا لیگ موظف است اداره بهداشت عمومی شهرستان لس آنجلس (LACDPH) را از وجود تمامی مبتلایان تأیید شده کووید-19 میان کارکنان و شرکت‌کنندگانی که در هر برهه زمانی مریبان، کارکنان پشتیبان طی 14 روز پیش از شروع بیماری در محط حضور داشته‌اند مطلع گرداند. تاریخ شروع بیماری، تاریخ انجام آزمایش کووید-19 یا آغاز بروز علائم در فرد مبتلاست، هر کدام که زودتر رخ داده باشد. این کار را می‌توان بصورت آنلاین و با استفاده از وب اپلیکیشن این م وجود در این نشانی انجام داد: اگر ارسال گزارش بصورت آنلاین امکان‌پذیر نیست، [فهرست](http://www.redcap.link/lacdph.educationsector.covidreport) تماس فرد مبتلا و مخاطبین کووید-19 برای گروه آموزش و پرورش را دانلود و تکمیل کرده و آن را به آدرس mailto:ACDC-Education@ph.lacounty.gov ایمیل بزنید. مریبی یا لیگ موظف است تمامی موارد مشاهده شده بیماری کووید-19 در برنامه ورزشی جوانان را طی یک (1) کاری روز پس از اطلاع از وجود مورد ابتلا، به اداره بهداشت عمومی شهرستان لس آنجلس گزارش دهد. در صورت شناسایی سه (3) یا تعداد بیشتری از موارد ابتلا در میان اعضای دوره ورزشی جوانان ظرف مدت 14 روز، مریبی یا لیگ باید سریعاً این خوش‌نمایان را از طریق همان روش‌های مشروح در بالا به اداره بهداشت عمومی گزارش دهد. اداره بهداشت عمومی با سایت همکاری می‌کند تا تعیین نماید که آیا این خوش‌نمایان همه‌گیری است و به پاسخ شیوه بهداشت عمومی نیاز دارد یا خیر.

در برنامه ورزشی بزرگسالان، مریبی یا لیگ موظف است تمامی موارد بیماری کووید-19 مشاهده شده در برنامه ورزشی بزرگسالان را طی 1 روز کاری پس از اطلاع از وجود مورد ابتلا، به اداره بهداشت عمومی گزارش دهد. در صورت شناسایی 3 یا تعداد بیشتری از موارد ابتلا در میان اعضای

تیم ورزشی بزرگسالان طرف مدت 14 روز، مربی یا لیگ باید سریعاً این خوشه مبتلایان را بصورت آنلاین از طریق نشانی www.redcap.link/covidreport به اداره بهداشت عمومی گزارش دهد. اداره بهداشت عمومی با سایت همکاری می‌کند تا تعیین نماید که آیا این خوشه مصدق همه‌گیری است و به پاسخ شیوع بهداشت عمومی نیاز دارد یا خیر.

□ بازگشت به ورزش پس از ابتلاء:

- افرادی که مشغول طی مراحل بهبودی کووید-19 هستند، تازمانی که پزشک آنان را ترجیح نکرده نباید تمرين را از سر گیرند و بر اساس شدت بیماری و همچنین وضعیت سلامت زمینه‌ای خود، برای بازگشت به ورزش مسیوهای مختلفی پیش روی خود خواهند داشت. پس از آنکه پزشک ورزشکار را ترجیح می‌کند، پروتکل بازگشت تدریجی به بازی/تمرينی که در آن فعالیت بدنی بصورت مرحله‌ای آغاز شده و افزایش باید جایز است و توصیه می‌شود. برای راهنمایی‌های تکمیلی به سوال موجود در راهنمایی موقت بازگشت به ورزش آکادمی برای اطفال با عنوان «چنانچه شرکت‌کننده‌ای به کووید-19 دچار باشد یا در طول فصل به آن مبتلا شود، چه باید کرد؟» و نیز بازگشت تدریجی به بازی پس از ابتلاء به کووید-19 مراجعه نمایید.

- هیچ کدام از افرادی که علائم کووید-19 دارند یا در انزوا یا قرنطینه کووید-19 هستند، اجازه حضور در تمرين‌ها یا مسابقات را ندارند.
- هر فردی که علائم کووید-19 دارد باید برای انجام آزمایش با پزشک خود مشورت کند و مربی، مربی ورزشی و/یا مدیر مدرسه را از علائم و نتایج آزمایش خود آگاه مطلع کند.

- به کارمندانی که با سایر افراد در تماس هستند، بصورت رایگان، ماسک مناسبی که بینی و دهان را بپوشاند داده می‌شود. برای کسب اطلاعات بیشتر به وبسایت ماسک کووید-19 LAC DPH به نشانی <http://publichealth.lacounty.gov/acd/ncorona2019/masks/> مراجعه نمایید. کارکنان باید همواره در طول روز کاری، زمانی که در تماس با سایرین هستند یا احتمال تماس آنان با سایرین وجود دارد، ماسک بزنند. کارمندانی که به دستور ارائه دهنده خدمات پزشکی‌شان نباید ماسک بزنند، می‌بایستی از یک محافظه صورت به همراه آویزی پارچه‌ای در لبه پایینی استفاده نمایند، و اینگونه تا زمانی که شرایط آنان اجازه دهد، پاییند دستورات ایالتی هستند. ترجیح با آویز پارچه‌ای است که زیر چانه را بطور کامل بپوشاند. نباید از ماسک‌هایی با سوپاپ یک طرفه استفاده کرد.

□ به کارمندان ابلاغ می‌شود که روزانه ماسک‌های خود را، به نحو مقتضی، بشویند یا تعویض نمایند.

- به کارمندان، مربيان، کارکنان پشتیبان و اعضای تیم جوانان تذکر داده می‌شود که اقدامات پیشگیرانه شخصی را رعایت کنند، از جمله:
- هنگامی که بیمار هستید در خانه بمانید.

- اگر علائم کووید-19 دارید، در خانه بمانید تا اینکه حداقل 10 روز از نخستین مرتبه بروز علائمتان سپری شده باشد و حداقل 24 ساعت از بهبودی شما گذشته باشد، به این معنی که تب شما بدون استفاده از داروهای تب بُر قطع شده باشد و علائم شما (مانند سرفه تنگی نفس) بهتر شده باشند.

- اگر نتیجه آزمایش کووید-19 شما مثبت شده ولی هرگز علائمی نداشته‌اید، باید در منزل بمانید تا:
- 10 روز بعد از تاریخ اولین آزمایش مثبت، اما

■ اگر به علائم کووید-19 مبتلا شدید، باید از دستورالعمل‌های بالا پیروی نمایید.

- دستان خود را با آب و صابون به مدت حداقل 20 ثانیه بشویید. اگر آب و صابون در دسترس نیست از یک ضدغوفونی کننده دست پایه الکلی حاوی 60% کل استفاده کنید. قبل از صرف غذا، بعد از استفاده از توالت و بعد از سرفه و عطسه، دستان خود را بشویید.
- سرفه‌ها و عطسه‌های خود را با یک دستمال بپوشانید، و سپس دستمال را دور انداخته و دستان خود را بلاfacسله تمیز کنید. اگر دستمال ندارید، از آرنج خود استفاده کنید (نه دستان خود).
- دهان، چشم، بینی خود را با دست‌های شسته نشده لمس نکنید.
- از تماس با افرادی که بیمار هستند خودداری کنید.
- از به اشتراک گذاشتن اقلامی مانند تلفن یا دستگاه‌های دیگر خودداری کنید. اگر لازم است دستگاه‌ها به اشتراک گذاشته شوند، حتماً قبل و بعد از اشتراک گذاری، آن‌ها را با دستمال مرطوب ضدغوفونی کننده تمیز نمایید.
- به طور مستمر، فاصله کاری خود از سایر کارکنان و شرکت‌کنندگان را حفظ کنید. همیشه فاصله حداقل 6 فوت توصیه شده را از دیگران حفظ نمایید مگر اینکه وظایف کاری خاصی نیاز به فاصله کمتری داشته باشند و هنگام کار در نزدیکی یا در کنار سایر افراد پوشش پارچه‌ای صورت بپوشید.
- اشیاء و سطوح بُر تماس را ضدغوفونی کنید. این کار باید بصورت ساعتی حین ساعت اداری انجام شود.

نسخه های کپی از این پروتکل بین همه کارکنان، شرکت کنندگان و خانواده ها توزیع شده است.

B. پروتکل های نگهداری

- اقلام مشترک مورد استفاده حداقل روزانه یکبار ضد عفونی می شوند.
- تجهیزات مشترک مورد استفاده قبل و بعد از هر استفاده، ضد عفونی می شوند.
- سرویس های بهداشتی واقع در زمین های ورزشی، مجموعه های آورده هایی که به روی عموم افراد باز هستند، باید طی ساعت اداری به روی عموم باز باشند و به طور منظم بررسی شده و حداقل روزانه یکبار یا به علت استفاده زیاد چنانچه لازم باشد به تعداد دفعات بیشتر، با استفاده از مواد ضد عفونی کننده مورد تأیید سازمان حفاظت از محیط زیست (EPA) و با رعایت دستورالعمل های شرکت سازنده، تمیز و ضد عفونی می شوند.
- شیر های آب خوری تنها برای پر کردن بطری های آب در دسترس هستند.

C. پروتکل های نظارتی

- علائم حاوی دستورالعمل ها و اطلاعات در سراسر مجموعه نصب شده اند تا حفظ فاصله گذاری فیزیکی شش فوت، لزوم پوشیدن ماسک بصورت دائم، اهمیت شستشوی دست منظم و ضرورت خانه ماندن در صورت ناخوشی یا داشتن علائم کووید-19 را به تمامی افراد یادآور شوند. برای مشاهده منابع تكمیلی و نمونه علائم قابل استفاده کسب و کارها به وبسایت راهنمای کووید-19 اداره بهداشت عمومی این شهرستان مراجعه نمایید.
- نشریات آنلاین برنامه های ورزشی تفریحی (وب سایت، رسانه های اجتماعی و غیره) اطلاعات گویایی در خصوص فاصله گذاری فیزیکی، استفاده از ماسک ها و سایر مسائل ارائه می دهند.
- علائمی نصب شده که به بازدید کنندگان ابلاغ می کند در صورت بروز علائم تنفسی یا چنانچه ملزم هستند خود را ایزوله یا قرنطینه کنند، باید در منزل بمانند.
- مریبان و مدیران لیگ بر رعایت محدودیت های اعلام شده نظارت می کنند.
- از شرکت کنندگان خواسته خواهد شد که در صورت عدم رعایت این محدودیت ها محل را ترک کنند.
- نهاد حامی مربوطه (مانند مدرسه، یا در صورت اطلاق لیگ یا تیم)، از نسخه کپی این پروتکل، یا چنانچه در این مورد صدق کند، گواهی چاپ شده مطابقت اینمنی کووید-19 صادره شهرستان لس آنجلس نگهداری می کند. برای کسب اطلاعات بیشتر یا گزاراندن دوره خود آموز مطابقت اینمنی کووید-19، به نشانی <http://publichealth.lacounty.gov/eh/covid19cert.htm> باشند تا در صورت درخواست افراد، جهت بررسی در اختیار آنان قرار دهند.

هر گونه اقدامات تکمیلی که در بالا ذکر نشده است باید در صفحات جداگانه ای ذکر شود،
که مدیر هماهنگی ورزش های تفریحی باید آن را به این سند ضمیمه نماید.

شما می توانید برای انتقال هر گونه سؤالات یا نظرات خود درباره این پروتکل با شخص زیر تماس بگیرید:

نام سرپرست ورزش های تفریحی:

شماره تلفن:

تاریخ آخرین بازبینی:

ضمیمه A: نمونه فرم رضایت‌نامه آگاهانه

توجه نمایید: نمونه فرم رضایت‌نامه آگاهانه زیر، صرفاً جهت ارائه نمونه‌ای از آنچه است که می‌توان در فرم رضایت‌نامه وزشکاران نوجوانان و بزرگسالی که در ورزش‌های دارای تماس متوسط و پُر تماس شرکت می‌کنند، درج نمود. این موارد عبارتند از (1) تصدیق خطرات مربوط به شرکت در فعالیت‌های ورزشی حین همه‌گیری و (2) تصدیق پروتکل‌های ایمنی کووید-19 تیم، از جمله لزوم غربالگری عالمی پیش از شرکت در هرگونه فعالیت تیمی و گزارش تمامی مبتلایان تأیید شده کووید-19 و مخاطبین نزدیک آنان به اداره بهداشت عمومی. گردانندگان و مدیران تیم‌ها و لیگ‌های ورزشی نوجوانان و بزرگسالان باید پیش از اجرای فرایند اخذ رضایت‌نامه آگاهانه با مشاور حقوقی خود مشورت کنند.

ورزشکار گرامی و چنانچه ورزشکار صغیر باشد، والد/مراقب گرامی،

ایالت کالیفرنیا اخیراً اعلام کرد که از 26 فوریه 2021، ورزش‌های تفریحی جوانان و بزرگسالان با تماس متوسط و پُر تماس، در صورت کسب مجوز از مقامات بهداشتی محلی و رعایت مقررات ایالتی و مقررات شهرستان لس آنجلس برای آن ورزش‌ها، می‌توانند از سر گرفته شوند.

[Team] اقدامات مناسبی را به منظور پیشگیری از انتشار بیماری کووید-19 اتخاذ می‌کند، از جمله رديابی/پيگيرى، و پيرواي از دستورات و پروتکل‌های ذيربط بهداشتی عمومي ايالت و شهريستان. با اين حال، نمي توان امكان انتقال را از بين برد. ورزشکاران و خانواده‌هايشان باید پیش از شرکت در مسابقات ورزشی از خطرات آن آگاه بوده و آن را بيذيرند.

با درج حرف اول نام و نام خانوادگی و امضای موافقتنامه رضایت آگاهانه، شما به تمامی موارد زیر اذعان کرده، آن را پذيرفته و موافقت می‌کنید (فرد ورزشکار و چنانچه ورزشکار صغیر باشد، والد/مراقب باید حرف اول نام و نام خانوادگی را نوشته و امضا کنند):

- شرکت در فعالیت ورزشی کاملاً داوطلبانه است.

_____ حرف اول نام و نام خانوادگی والد: _____ حرف اول نام و نام خانوادگی والد: _____

- ورزشکار نوجوان اجازه دارد به دستور کادر مربيگري، در جلسات ورزشی، تمرين‌ها و مسابقات شرکت کند.

_____ حرف اول نام و نام خانوادگی والد: _____ حرف اول نام و نام خانوادگی والد: _____

- در صورت اطلاق هر یک از موارد زیر، نه ورزشکار و نه والد/مراقب او در جلسات، تمرین و/یا مسابقات شرکت نخواهد کرد:

A. طی 10 روز اخیر، نشانه‌های (علائم) کووید-19 در ورزشکار یا هر یک از اعضای خانوار او بروز کرده است: تب (100.4°F / 38°C یا بالاتر) یا لرز، سرفه، تنگی نفس یا مشکل تنفسی، احساس خستگی، درد عضلات یا بدن درد، سردرد، گلو درد، تهوع یا استفراغ، اسهال، گرفتگی یا آبریزش بینی یا از دست دادن ناگهانی حس چشایی یا بویایی. ورزشکار یا چنانچه ورزشکار صغیر باشد والد/مراقب وی، پیش از شرکت او در جلسات، تمرینات و/یا مسابقات، دمای بدنش را در خانه معاینه می‌کنند؛ و اگر دما بیش از 38°C باشد، ورزشکار در رویدادهای مذکور حضور نخواهد داشت.

B. ابتلای ورزشکار یا هر یک از اعضای خانوار او به کووید-19 تشخيص داده شده یا آنکه مشکوک به ابتلای کووید-19 بوده یا در انتظار انجام آزمایش کووید-19 هستند.

C. ورزشکار یا هر یک از اعضای خانوار او با فرد دیگری که ابتلای وی به کووید-19 تشخيص داده شده یا مشکوک به ابتلای کووید-19 است، وقت سپری کرده‌اند.

D. ورزشکار یا هر یک از اعضای خانوار او در حال حاضر در حال حاضر تحت فرمان انزوا یا قرنطینه قرار دارند.

_____ حرف اول نام و نام خانوادگی والد: _____ حرف اول نام و نام خانوادگی والد: _____

- اگر نتیجه تست کووید-19 ورزشکار مثبت شود یا او در معرض فردی قرار گرفته باشد که نتیجه تست کووید-19 او مثبت شده است، ورزشکار یا چنانچه

ورزشکار صغیر باشد، والد/مراقب وی، موافقت می کنند که بلافاصله به [Team Officials] اطلاع داده و تأیید می کنند که [Team Officials] با اداره بهداشت عمومی شهرستان لس آنجلس (LACDPH) تماس گرفته تا اطلاعات لازم در مورد نتیجه تست مثبت، از جمله نام ورزشکار و اطلاعات تماس او را، در اختیار آنان قرار دهدند. اینجانب به [Team] اجازه می دهم این اطلاعات را طبق قانون در اختیار LACDPH یا هر نهاد اداری که لازم است قرار دهد. اینجانب به خواست خود با انجام هرگونه ردیابی مخاطبینی که [Team Officials] لازم می داند همکاری می کنم.

_____ حرف اول نام و نام خانوادگی والد: _____ حرف اول نام و نام خانوادگی ورزشکار:

• ما واقفیم که ممکن است ورزشکار هنگام شرکت در جلسات، تمرینات و/یا مسابقات در معرض کووید-19 قرار گیرد. ما متوجه هستیم که این مواجهه برای ورزشکار و همچنین اعضای خانوار او با خطر ابتلاء، بیماری شدید یا فوت همراه می شود.

_____ حرف اول نام و نام خانوادگی والد: _____ حرف اول نام و نام خانوادگی ورزشکار:

• ما اذعان داریم که [Team]، فرماندار، وزارت بهداشت ایالتی، اداره بهداشت عمومی شهرستان لس آنجلس، یا سایر ارگان های اجرایی دارای تصدی بر امور [Team]، می توانند هر زمانی رقابت یا فصل را لغو کنند. ما همچنین اذعان داریم که [Team] باید از هرگونه احکام صادره از سوی هر یک از نهادهای دارای تصدی امور ورزشی تعییت کند و موافقت می کنیم از چنین فرمان هایی پیروی نماییم، حتی اگر پس از امضای این موافقت نامه صادر شده باشند.

_____ حرف اول نام و نام خانوادگی والد: _____ حرف اول نام و نام خانوادگی ورزشکار:

• ورزشکار و چنانچه ورزشکار صغیر باشد والد/مراقب، آگاه هستند که تمرین ها، باری ها، تماشاجی بودن و/یا حمل و نقل نسبت به سال های گذشته متفاوت خواهد بود، از جمله لزوم فاصله گذاری فیزیکی و استفاده صحیح و مداوم از ماسک ها. ما می پذیریم که از فرمان های صادره کادر مریبگری پیروی کرده و اذعان داریم که ناکامی در تحقق این امر ممکن است منجر به امتناع از پذیرش ورزشکار در تمرینات، مسابقات و/یا کلّ فصل ورزشی شود.

_____ حرف اول نام و نام خانوادگی والد: _____ حرف اول نام و نام خانوادگی ورزشکار:

• ورزشکار داوطلبانه در فعالیت های ورزشی شرکت می کند. ورزشکار یا چنانچه ورزشکار صغیر باشد والد/مراقب، هرگونه و تمامی خطرات ناشی از ابتلاء، آسیب یا فوت را، چه آن خطرات معلوم باشد و چه ناشناخته، بر عهده می گیرند.

_____ حرف اول نام و نام خانوادگی والد: _____ حرف اول نام و نام خانوادگی ورزشکار:

اینجانب/ما به دقت این توافق را خوانده و به طور کامل متوجه مطالب مندرج در آن هستم/هستیم، اینجانب/ما از خطرات شرکت در مسابقات در دوران همه گیری کووید-19 آگاه هستم/هستیم. اینجانب/ما آگاه هستیم که این فرم شامل سلب مسئولیت و اعراض از تمامی ادعاهای می باشد. اینجانب/ما این موافقت نامه را داوطلبانه امضا کرده، از خطرات مربوط و سلب و اعراض هرگونه ادعایی علیه [TEAM]، کارمندان، عوامل، اعضای هیئت مدیره، یا دیگر نهادهای مرتبط با آن آگاهی کامل دارم/داریم.

نام چاپی ورزشکار:

_____ تاریخ:

امضاء ورزشکار:

_____ تاریخ:

نام چاپی والد:

امضاء والد چنانچه ورزشکار از نظر

_____ تاریخ:

سنی صغیر است: